

作者：盧怡君 心理師

對於「吸毒」，您有什麼想法？還停留在「面黃肌瘦的吸毒者，透露著渴望的眼神，用顫抖的手拿著針筒將針頭往身上一插，然後隨即心滿意足的享受毒品帶來的快感」這樣類似電影情節畫面的印象嗎？當您聽到有關「藥物濫用」這樣的消息時，是否依然覺得這是一個和自己沒有直接相關的議題，認為自己不會有機會去碰海洛因、安非他命這些違法的毒品，所以只把它看做是一則新聞事件亦或只是一個政府呼籲的口號罷了！

小安是個穩定的上班族，每日朝九晚五在外商公司打拼，有不錯的薪水以及升遷管道，週末夜晚總習慣到時下流行的夜店小酌兩杯，紓解一週以來緊繃的壓力，任誰也沒想到，偶爾和朋友狂放時所用的一些藥丸，竟為小安自己惹上了司法的麻煩。事後小安提到，雖然有聽說近來搖頭丸、K他命或FM2等藥頗流行，但在俱樂部那種氣氛下，誰還會正經八百的去研究手上的藥丸含什麼成分，況且大家都用啊，以前試過一兩次也還好，隔天睡醒稍疲倦頭痛了點，星期一上班情況還都正常，最扯的是又沒有什麼「不吃藥就全身難過得在地上打滾」的上癮情況，事發後還要被人誤解說是在「吸毒」，小安氣憤的說，公司同事、老闆用異樣的眼神看他，甚至家人都很不諒解，都在感嘆說他怎麼這麼墮落、不上進。

「藥物濫用」已經從我們刻板印象中的「吸毒」、「海洛因、安非他命」、「上癮、戒不掉」的觀念，蛻變成各種型態延伸入我們的生活中了，時下新興流行的管制藥品如搖頭丸、K他命，不論是使用方式或是成癮的症狀都和安非他命或海洛因有很大的不同，已不需有工具輔助且成癮的症狀一開始都不明顯，必須在持續使用一段時間後，才會慢慢出現類精神病的症狀。這些藥物內含的化學物質，其作用主要是影響大腦電化的機轉，每次服用的過程中，已經或多或少的破壞了原有正常的結構和功能。此類藥物基本上會扭曲個人對外環境真實的感受，無法完全的處在「此時此刻」，因此在不知不覺中，這種因藥物而「脫離現實」的感覺，常在藥物使用初期讓人難忘以及陸續身陷無法自拔。

可怕的是，K他命或搖頭丸不明顯的成癮症狀，讓它可在社會的中、青世代生活中扮演一個短暫發洩、放鬆，類似菸酒但效果更high的角色，讓人忘了去警覺到在使用這種藥物狂放一下的背後，潛藏在內心的是一個如何待爆發的世界。使用此類藥物後，會讓人習慣速效短暫的解脫，也讓人更難忍平日生活情境下的挫折、不滿、沮喪和憤怒，而從原本只偶爾藉由週末用藥來放鬆一下，轉而變成平常工作日亦需要藉藥物，來調整個人情緒、社交、壓力等問題，當個人已經習慣這樣的方式之後，其實，也已經不知不覺的走上成癮之路了。此外，如搖頭丸、K他命等藥，都已經列為二級管制藥品，使用者常不知道在持有或吃下的那一刻，已經背負了司法的責任，需面對勒戒甚至戒治等刑罰，並非只是單純的娛樂放鬆行為。

不只上述常見的管制藥品，感冒或止痛等藥物，也在一些案例身上看到，從一開始的生理治療效果，到後來越吃越多才覺得有效，其實在不知不覺中已經上癮且傷害了身體。面對這樣的問題，臨床心理師可提供的服務，除了藥物成癮的心理治療以及戒癮技巧的提供，更重要的是和當事人一起探究，在使用藥物的背後，想藉此擺脫的心理、人際、工作或生活上的耗損，積極的尋求在使用藥物以外，更多較佳的選擇。